



NUTRITIVE
FOOD

come bien, vive bien

RECUERDA QUE NUESTRO LUNCH
INCLUYE **FRUTA Y BEBIDA DEL DÍA**

Menú OCTUBRE

4TO DE BASICA A
3RO BACHILLERAOTO



Plato
fuerte



Fruta
del día



Bebida
del día

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5 oct CERDO A LA BBQ
SECO DE POLLO
SANDUCHE MIXTO

6 oct MINI CHURRASCO
POLLO BROSTER
CEVICHOCO

7 oct ARROZ RELLENO
CARNE COLORADA
ALITAS BBQ

1 oct PERNIL AL HORNO
SECO DE POLLO
MUFFIN DE
MARANJA+BATIDO

2 oct ENCEBOLLADO
POLLO AL HORNO
HOT-DOG

12 oct POLLO A LA COCA-COLA
GUIZO DE CARNE
NUGGETS+PURE

13 oct MILANESA DE CERDO
ALBONDIGAS AL JUGL
EMPENADAS DE QUESO

14 oct AREPAS DE CARNE
PECHUGA A LA PLANCHA
CEVICHE DE PESCADO

15 oct CHAULAFAN
CHULETA
PIZZA

16 oct ENCEBOLLADO
POLLO FRITO
COLADA MORADA+GUAGUA
DE PAN

19 oct POLLO AL HORNO
PAPAS CON CUERO
TOSTADA+BATIDO

20 oct SECO DE POLLO
CORVINA APANADA
CEVICHOCO

21 oct SECO DE COSTILLA
POLLO FRITO
FRITADA

22 oct GUIZO DE CARNE
GUATITA
HAMBURGUESA DE LENTEJA

23 oct ENCEBOLLADO
CHULETA EN SALSA DE
CHAMPIÑONES
POLLO AL CURRY

26 oct SPAGGETTI CON POLLO
CARNE APANADA
CAKE DE
PLÁTANO+QUAKER

27 oct DEDOS DE CALAMAR
ESTOFADO DE POLLO
PERNIL AL HORNO

28 oct PURÉ DE ZANAHORIA+CARNE DE
HAMBURGUESA
PECHUGA A LA PLANCHA
EMBORRAJADOS

29 oct POLLO BROSTER
CERDO A LA BBQ
CHAULAFAN

30 oct ENCEBOLLADO
POLLO AL HORNO
CHOP SUEY

Comida deliciosa
para su crecimiento

Ingredientes de calidad,
porciones adecuadas

Una alimentación
balanceada todos los días



NUTRITIVE
FOOD

come bien, vive bien

RECUERDA QUE NUESTRO LUNCH
INCLUYE **FRUTA Y BEBIDA DEL DÍA**

Menú OCTUBRE

INICIAL A 3ro
DE BÁSICA



Plato
fuerte



Fruta
del día



Bebida
del día

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5 oct SECO DE POLLO
AGUA AROMÁTICA
FRUTA DE TEMPORADA

6 oct PAN DE YEMA+TORTA DE
HUEVO PERICO
COLADA DE MAICENA
FRUTA DE TEMPORADA

7 oct ARROZ RELLENO
AGUA DE HIERBALUISA
FRUTA DE TEMPORADA

1 oct EMPANADA DE QUESO
CHOCOLATE
FRUTA DE TEMPORADA

2 oct ENCEBOLLADO
TÉ DE CEDRON
FRUTA DE TEMPORADA

12 oct ENSALADA DE FRUTAS
GALLETAS
INFUSIÓN DE ANIS

13 oct ALBONDOGAS AL JUGO
INFUSIÓN DE CEDRON
FRUTA DE TEMPORADA

14 oct PASTEL DE NARANJA
QUAKER
FRUTA DE TEMPORADA

8 oct BROWNIE
GELATINA
FRUTA DE TEMPORADA

9 oct

19 oct NÜGGETS DE
POLLO+PURE
AGUA AROMÁTICA
FRUTA DE TEMPORADA

20 oct ARROZ CON LECHE
TOSTADA DE QUESO Y
JAMON
FRUTA DE TEMPORADA

21 oct MUFFIN DE PLATANO
YOGURT
FRUTA DE TEMPORADA

15 oct CHAULAFAN
AGUA DE HIERBALUISA
FRUTA DE TEMPORADA

16 oct COLADA MORADA
GUAGUA DE PAN

26 oct SPAGGETTI CON POLLO
AGUA DE HIERBALUISA
FRUTA DE TEMPORADA

27 oct SALCHIPAPA
JUGO NATURAL
FRUTA DE TEMPORADA

28 oct PURE DE ZANAHORIA
BLANCA+CARNE APANADA
COLADA DE MACHICA
FRUTA DE TEMPORADA

22 oct GUATITA
AGUA DE HIERBALUISA
FRUTA DE TEMPORADA

23 oct MINI HOT-DOG
JUGO NATURAL
FRUTA DE TEMPORADA

29 oct SANDUCHE MIXTO
BATIDO
FRUTA DE TEMPORADA

30 oct PIZZA CASERA
JUGO NATURAL
FRUTA DE TEMPORADA

Comida deliciosa
para su crecimiento

Ingredientes de calidad,
porciones adecuadas

Una alimentación
balanceada todos los días